

Turvallisempi työ- ja opiskeluelämä

Harjoite 5: Erilaisia turvallisempia tiloja

- Mikä oli sinun/teidän mielestä hyvää näissä periaatteissa, joita kävitte läpi?
- Mitä muuttaisit/muuttaisitte niissä?
- Mitä uutta lisäisit näihin periaatteisiin, eli mikä on sinulle/teille erityisen tärkeää turvallisuuden tunteen toteutumiseksi esim. töissä?



11.13 Tulevaisuus

Harjoite 2: Kolme tulevaisuutta

Elämä voi mennä monella tavalla, ja mikä vain lopputulos voi olla hyvä.

Suunnittele itsellesi kolme vaihtoehtoista itsesi näköistä hyvää tulevaisuutta 10 vuoden päähän (piirtämällä, kirjoittamalla, kollaasityöskentelyn keinoin).

Apukysymyksiä:

- Miten ja missä asut?
- Kenen/keiden kanssa?
- Mitä teet arjessasi/työksesi?
- Mitä harrastat?
- Onko sinulla perhettä, lemmikkejä, kommuuni...?
- Mikä kaikki on mahdollista?
- Mikä kaikki on muuttunut?
- Miten sateenkaarevuus näkyy tulevaisuudessasi?
- Miksi tässä tulevaisuudessa on hyvä olla?
- Miten sinulle tärkeimmät asiat/arvot näkyvät elämässäsi?